

プールといえば **JSS南光台** 私たちの街の **スイミング** 紹介キャンペーン実施中!!
現在JSSスイミングで習っている人が紹介すると特典あり!

特典1 **ジュニア**

入会金 **0**

特典2 他に水着の特典あり。
大人は1ヶ月 月会費0円
体操Tシャツ+スイミングバッグ+スイミングキャップ+
スイミングバッグ 3点プレゼント!
月会費1ヵ月分と年会費は別途がかかります。

大人 入会金 **0** 初回 月会費 **0**

競技水泳No.1のスイミングスクール
今年もJSSで決まり!世界へ翔たけ!!

ベビーコース(生後6ヶ月~)
子育て支援キャンペーン
水着・キャッププレゼント

この秋から始めよう! 地域No.1のスイミング!!
子供も! 大人も! **無料体験受付中!** 9月1日(土)~22日(土)
10月2日(火)~24日(水)

ジュニア水泳教室
14:45~15:45 幼児
15:30~16:45 幼児小学生
16:30~17:45 小・中学生
17:30~18:45 小・中学生
スポーツの秋
水泳初心者大集合!!

中・高校生コース
水/17:30~18:45
土/16:30~17:45
学校部活の
体力づくりに!
ストレス解消
水泳部集まれ!

女性コース
火・木・金
初心者コース
11:00~12:00
健康のため
初心者水泳から
はじめよう!

NEW 水中運動健康コース
火・水・金
13:45~14:30
中年に大人気!
低価格で歩くだけの
運動健康コース
だれにでもできます。

スタジオレッスンもあるよ!! 超かんたんな30分プログラム!

やさしいヨガ教室 大募集!!
高齢者や体が硬い方でも老若男女、
安心して参加できるやさしいヨガです。
腰痛・肩凝り解消にもなります。
女性に大人気 10:00~11:00
料金 3,780円
毎週 火曜日 地域一番の低価格!

**はじめて水泳! フリースイミング
女性コース**
火・木・金 週1回・週2回
どこでもOK!
フリースイミング・アクアエクササイズ・
ウォーキングレッスンも参加出来ます。
週1回 6,696円 週2回 8,424円

生活習慣病、メタボ対策、運動不足
"60代から始められる方が沢山います。"
NEW まずは歩くだけの
水中運動健康コース
毎週 火・水・金
13:45~14:30(体操15分 水中運動30分)

中学・高校生だけの中高生コース
さあ受験勉強も始まりストレス解消
今年の中総体・高総体
目指してがんばろう! 水泳部集まれ!
毎週水曜日 17:30~18:45
土曜日 16:30~17:45
週1回 5,940円 週2回 7,452円



13~14才400mフリーリレー宮城県短水路中学新記録樹立
最初は顔を水につけられない子達が今は宮城県を代表とする
競泳選手に育っております! 実績30年以上のスイミングへLet's GO!!

特別コースのご案内

ドリームキッズコース 週3回 水・木・土
料金 8,640円
1年で4泳法完泳25m
個人メドレー完泳を目指します
小学1年生でクロール練習中対象

準育成・育成コース 週5回 火~土曜日の週5日
料金 10,368円
選手コース 週6回 週6日
料金 10,908円
競技競泳
無料体験会実施中!
競技水泳やりたい方大募集!

火曜日~土曜日の選べる週2回コース好評中!
幼児・小学生・中学生
地域No.1水泳教室!

受験勉強のストレス解消に!
クロール完泳者
受験でなまった身体を
きたえよう
宮城県中・高校生の大会に出場しています。

ジュニア水泳教室
週1回 火・水・木・金・土
週2回 火~土曜日の選べる週2回
時間 お問い合わせ下さい
対象 3才~中学生まで
料金 週1回 6,696円
週2回 7,884円

中・高校生コース
毎週 水・土
時間 水/17:30~18:45
土/16:30~17:45
料金 週1回 5,940円
週2回 7,452円
他の部活動所属者も
サブトレーニングとして行っています。

スクールバス 無料送迎バス
運行中!

- 木**
南光台小~南光台・小松島・幸町5・
二の森・幸町ジャスコ・光ヶ丘・鶴ヶ谷・
燕沢・東仙台方面
- 水**
南光台・小松島・高松・二の森・
栢江小学校・松森・鶴ヶ谷4丁目・
安養寺・スベルマン病院・小鶴・東仙台・
燕沢東・平成2丁目方面
- 火・金**
八乙女・黒松・旭ヶ丘・台原・鶴ヶ谷・
スベルマン病院・新田・東盛幼稚園・
東仙台・鶴ヶ谷東方面
- 土**
安養寺・新田東・燕沢東・東仙台・岩切・
今市・鶴ヶ谷東・岩切駅・
東盛幼稚園方面

初心者コース只今大人気中!
身体快適
初心者大歓迎!!
無料体験受付中
メタボ対策!!

女性コース
週1回 火・木・金 料金 週1回 6,696円
週2回 週2回 8,424円
時間 11:00~12:00
フリーコースも
ご利用できます。

NEW 履たきりごめん!
超人気!
無料体験受付中
歩く専用コースです!

水中健康運動コース
毎週 火・水・金 時間 13:45~14:30
料金 週3回 4,752円
健康体操もあります。
流水マシンで身体健康!
足・腰に不安のある方におすすめ!